

### **Erster Lagertag 09.04.2017**

Unser erster Lagertag begann um 9.00 Uhr an einem schönen sonnigen Tag. Viele freudige und aufgeregte Turnerinnen standen vor dem Luftschutzraum, die letzten nahmen noch Abschied von ihren Eltern und gingen anschliessend zusammen in unser, für fünf Tage, zukünftiger Schlafraum. Schnell konnten sie sich in das zu übersehende System einfinden und belegten ihre Schlafplätze und richteten sich ein. Nach einer rasanten Viertelstunde trafen sich alle Teilnehmer in der Eingangshalle für eine kurze Begrüssung und Einleitung in das bevorstehende Turnlager geleitet von Hans und Sonja Ritter und Rolf Schuler. Die erste Zeitangabe war um 09.45 in der Turnhalle bereit um ein zu turnen. Die Zeit wurde gut eingehalten und das Einturnen konnte pünktlich starten. Nach einer halben Stunde waren wir eingewärmt und bereit zu Turnen. Es wurden K weise Gruppen gebildet und wir fingen an unserem Gerät an. Um 11.45 gingen wir mit hungrigem Magen zum Fc Hüsli und assen ein feines Gericht. Nach dieser gelungenen Mahlzeit hatten wir eine Verdauungspause, doch um 13.45 ging es weiter und wir absolvierten ein erneutes Einturnen. Bis um 17.30 hielten wir und in der Turnhalle auf und nahmen unsere ersten Erschöpfungen war. Nach dem Abendessen war um 19.30 ein Abendprogramm angesagt und alle Turner und Turnerinnen besammelten sich beim Fc Hüsli. Darauf wurde uns einige Sachen zu einem kleinen Wettstreit erklärt und wir machten uns in 3er bis 4er Gruppen auf den Weg sportliche, mathematische wie auch über das allgemeine Wissen, Fragen zu beantworten. Nach circa 45 Minuten wurde die Fragebögen eingesammelt und wir hatten Freizeit bis bei den jüngeren ihre Nachtruhe um 21.30 stattfand und bei den grösseren um 22.00. Der erste Lagertag war darauf vorbei und alle hatten sich langsam gut eingelebt in das Lagerleben.

### **Zweiter Lagertag 10.04.2017**

Der zweite Tag begann so, dass wir um 7 Uhr geweckt wurden, nahmen wir auch schon den ersten Muskelkater war. Danach standen alle auf und gingen um 7.30 frühstücken. Es gab ein leckeres Frühstücksbuffet. Da das Wetter sehr schön war, konnten wir draussen Frühstücken. Nach dem Frühstück machten wir uns parat und gingen in die Turnhalle. Um 8.30 startete das halbstündige Einturnen. Danach teilten wir uns in die Gruppen auf und begannen an den Geräten zu trainieren. Immer nach einer Halbestunde wechselten wir das Gerät. Um 10.00 gab es eine Viertelstunde Znünpause und etwas Kleines zu Essen und Trinken. Danach ging das Training weiter bis um 11.45. Nach einem kleinen Austurnen gab es wie immer ein sehr feines Mittagessen. Danach hatten wir wieder eine Mittagspause bis um 13.45. Dann übten wir draussen einen Flashmob für das Showturnen. Nach dem Flashmob dehnten wir uns noch ein und dann begann das Training wieder und wir trainierten mit einer kleinen Pause bis um 16.45. In der letzten halbestunde übten wir für das Showturnen, an diesem Gerät das wir vorzeigen wollten. Danach hatten wir bis um 18.00 zeit, uns zu Duschen und umzuziehen und konnten dann das Abendessen beim sonnigen Wetter geniessen. Nach dem Abendessen wurde das Quiz vom ersten Abend aufgelöst und die erstplatzierten Gruppen bekamen noch einen kleinen Preis. Den Rest vom Abend konnten wir noch mit unserem Verein geniessen. Als dann wieder Nachtruhe war schliefen alle ziemlich schnell ein da jeder sehr erschöpft war.

### **Dritter Lagertag 11.04.2017**

Am Dienstag, dem dritten Tag wurden wir wieder um 7.00 geweckt und gingen zum Frühstücken. Wir gingen um 8.30 wieder zum Training, mit Vorfreude auf das Überraschungsprogramm am Nachmittag. Das Training lief wieder ganz normal ab. Zum Teil lernten wir auch schon neue Elemente

an den verschiedenen Geräten. An diesem Morgen gingen wir etwas früher zum Mittagessen, da wir um 12.55 schon wieder bereit sein mussten.

So war das Training schon früher fertig und wir gingen schon um 11.55 Mittagessen. Wir gingen wie heute Morgen und auch gestern draussen essen. Unser sozusagen Stammplatz war ein Bänkli wo immer schön für uns frei war, weil drinnen meistens schon alles besetzt war. Zum Mittagessen gab es Reis Cazimir. Das schmeckte uns allen sehr. Dann gingen wir unsere Badesachen anziehen und waren pünktlich um 12.55 beim abgemachtem Treffpunkt. Von dort aus liefen wir über den Fussgänger und gingen dort in ein Buss. Dann stiegen wir noch ein paar Mal um und kamen dann nach gut 45 Minuten beim Westside an. Alle freuten sich sehr um auf die Wasserrutschen zu gehen oder einfach sich einmal zu entspannen. Um 16.40 mussten wir uns wieder draussen treffen. Wir wollten ein bisschen früher aus dem Bad gehen, damit wir noch in den Denner (oder einen anderen Laden) etwas zu Essen kaufen gehen konnten. Im Westside gingen wir auf die Rutschen oder entspannten uns einfach. Auf jeden Fall war es eine gute Abwechslung für unsere Hände, die schon voller Blasen waren. Und die, die keine Blasen hatten, hatten bestimmt Muskelkater. Dann gingen wir auch schon in die Läden etwas zu Essen kaufen und warteten beim Treffpunkt auf die anderen. Um 16.40 zählten uns die Leiter durch ob wir alle sind. Das ging etwas länger, weil bei 96 Kinder wollten sie sich schon sicher sein, dass nicht jemand fehlte. Dann gingen wir wieder zurück nach Zollikofen. Für das Abendessen freuten sich alle sehr, denn es gab Hamburger und Pommes. Nach dem Abendessen hatten wir wieder Freizeit und konnten machen was wir wollten. Dann war auch schon wieder Nachtruhe und schon über die Hälfte des Lagers war vorbei.

#### **Vierter Lagertag 12.04.2017**

Am Mittwochmorgen waren wir alle nicht mehr so fit wie am Dienstag, als wir geweckt wurden. Es war sehr kalt als wir aus der Unterkunft zum Frühstück liefen. Und weil wir heute eher früher waren, hatten wir ausnahmsweise sogar drinnen Platz. Da waren wir gerade froh drüber. Nach dem Frühstück gingen wir wie jeden Morgen unsere Trainings Sachen bereit machen und um 8.30 begann das Training. Heute Abend haben wir eine Aufführung an unsere Eltern, deshalb trainierten wir nur 4 Geräte und statt dem 5 Gerät übten wir die Turnshow. Am Anfang übten ein paar ältere Turnerinnen etwas und wir gingen noch einmal den Flashmob durch. Dann konnten alle zu zweit zwei Mal eine Bodenlänge turnen. Das machte uns allen Spass. Dann gingen wir noch kurz an die Geräte, die wir ausgewählt hatten und turnten unser Programm durch. Als wir das gemacht hatten, gingen wir auch schon wieder Mittagessen. Und wie immer waren wir natürlich an unserem Stammplatz. Am Nachmittag ging es weiter mit der Einstudierung des Sprungprogramms.

Nach dem Mittagessen setzten wir uns meist kurz auf den Kunstrasen, der um diese Zeit schön warm ist. Ab der Kategorie 5 (K5) konnte man für das Showturnen bei einem Tanz mitmachen. Dafür musste man heute aber zwanzig Minuten früher in die Turnhalle gehen. Vom GETU Heimberg war niemand dabei.

Am Nachmittag wie schon gesagt konnten wir das erste Mal unser Sprungprogramm durchturnen und es erlernen. Es war sehr ähnlich wie dies vom letztem Jahr.

Danach fuhren wir an dem Gerät weiter, jenes wir vor dem Mittag ausgelassen haben. Dank Gestern konnten wir wieder besser turnen und unsere Hände schmerzten nicht mehr so wahnsinnig fest, wenn wir ein Handgerät hatten.

Als es wieder Zeit für das «Z'Vieri» war, gingen wir nach draussen so wie jede Pause. Heute war zwar schönes Wetter aber doch kälter als es aussah.

Als die Pause vorbei war, turnten wir an unserem, vorgegebenem Gerät weiter. Die Zeit verging schnell und schon war man plötzlich am letzten Gerät des Tages angekommen.

Heute turnten wir nicht aus und konnten früher essen gehen, weil an diesem Abend das Showturnen war.

An der abgemachten Zeit mussten wir in der Turnhalle stehen mit einem Turnkleid und einer schönen Frisur.

Wir turnten unser Gerät noch einmal durch und dann ging das Showturnen los. Zuerst kam der freiwillige Tanz der Kategorie 5 aufwärts. Danach kam die Boden Choreographie von allen. Nach dieser Choreographie kam das grosse Trampolin, danach das Reck, der Boden, der Schwebebalken und danach vor den Ringen das hohe Reck. Nach all diesen Geräten kam der Flashmob. Dieser Tanz war lustig zum Tanzen aber schwierig im Takt zubleiben oder synchron zu sein wenn 96 Personen gleichzeitig tanzen. Am Schluss dankte Hans (der Leiter des ganzen Lagers) dem Kochteam, dem wir das Essen jeden Tag verdanken. Hans bedankte sich auch noch den Leitern. Ein Turner übernahm das Wort von uns allen und dankte ihm im Namen all den Personen im Lager.

Und schon wieder war ein Tag im Lager vorbei.

### **Fünfter Lagertag 13.04.17**

An diesem Morgen gab es das gleiche wie Gestern zum Morgenessen. Auch heute turnten wir ein letztes Mal an einem Morgen ein und versammelten uns dann an das jeweilige Gerät.

Schon bald jedoch war wieder Pause. Dieses Mal war das Wetter wärmer und wir mussten nicht mehr so frieren wie gestern. Und schon wieder waren wir in der Turnhalle an neuen Sachen erlernen.

Zum Mittagessen gab es Gnocchi, das sehr lecker geschmeckt hatte. Am Nachmittag konnten die Kategorien 4,5,6, aufwärts die Turnhalle leerräumen. Die Kategorie 3 musste draussen auf dem Rasen Konditionstraining machen. Ein paar Matten hatten wir von der Sek. Turnhalle und die Knaben brachten diese zurück. Am Schluss als die Halle leer war, durften wir noch einmal ein kleines Krafttraining machen.

Und schon wieder war ein wundervolles Lager vorbei und konnten viele neue Sachen lernen.